

<b>Vorwort</b> .....	8
<b>Einleitung</b> .....	10
<b>1 Begriffsklärungen und Voraussetzungen</b> .....	20
Erfahrung .....	20
Spiritualität .....	23
Spirituelle Erfahrung .....	25
Religiöse Erfahrung .....	28
Religion .....	30
Religiosität .....	32
Glaube .....	33
Doktrin, Dogma .....	36
Gott .....	38
Spirituelle Praxis, Meditation und Kontemplation, Gebet .....	41
<b>2 Der historische Rahmen: Aufklärung, Wissenschaft und die Schwierigkeit mit dem lieben Gott</b> .....	43
Die Entwicklung der Naturwissenschaft und der Begriff der Erfahrung .....	46
<i>Roger Bacon</i> .....	46
<i>Hugo de Balma und die Entwicklung der Innerlichkeit</i> .....	48
<i>Innere Erfahrung in der Theologie:</i>	
<i>Thomas von Aquin und Meister Eckhart</i> .....	50
<i>Innere Erfahrung in den Anfängen der Psychologie</i> .....	53
Dogma, Doktrin und Erfahrung .....	55
<i>Spaltung und Einheit in der ursprünglichen Erfahrung, in der theologischen Lehre und in der dogmatischen Praxis</i> .....	56
Doktrin, Aufklärung und Wissenschaft .....	62
Szientismus .....	64

<b>3</b>	<b>Spiritualität – Tabu und Chance der Wissenschaft</b>	<b>68</b>
	Die Frage nach dem Bewusstsein	70
	<i>Idealismus</i>	70
	<i>Materialismus</i>	72
	<i>Dualismus</i>	77
	<i>Komplementarismus</i>	79
	Die Frage der Epistemologie:	
	Innere Erfahrung als Zugang zur Wirklichkeit	81
	<i>Franz Brentano</i>	82
	Die Frage der Ontologie: Innere Erfahrung von Wirklichkeit	85
<b>4</b>	<b>Undogmatische Spiritualität</b>	<b>87</b>
	Die Bedeutung des Bewusstseins und	
	unterschiedlicher Zustände des Bewusstseins	89
	Kollektive Kultur oder Unkultur von Bewusstsein	98
	Neurobiologie und Physiologie der Sammlung	
	und Entspannung	104
	<i>Psychoneuroimmunologie und die Physiologie der Belastung</i>	104
	<i>Stress, Belastung – Anforderung und Leistung</i>	116
	<i>Neurobiologie und Physiologie der Regeneration</i>	117
	<i>Erholung, Entspannung, Sammlung</i>	120
	Spirituelle Praxis – die tägliche Psychohygiene	126
	<i>Neurobiologie der Meditation</i>	127
	<i>Neurotheologie</i>	133
	Psychologie der Meditation und der spirituellen Übung	140
	<i>Phase 1: Ausblick</i>	140
	<i>Phase 2: Einblick</i>	144
	<i>Phase 3: Tiefblick</i>	152
<b>5</b>	<b>Zerrformen, Gefahren, Abgrenzungen</b>	<b>180</b>
	Der Nationalsozialismus und die Spiritualität	180
	Esoterik	181
	Rationalismus, verkürzte Aufklärung und	
	eine erweiterte Rationalität	182
	Vereinnahmungen	186
	Narzissmus	187

<b>6 Die Aufklärung weiterführen:</b>	
<b>Die Notwendigkeit undogmatischer Spiritualität</b>	<b>194</b>
Sinnkrise und die Gefahr des Fundamentalismus	194
Das Denken in isolierten Einheiten und die Klima- und Energiekrise	196
Die Bedrohung des Friedens und der Frieden zwischen den Religionen	198
Das Problem von Elend und Armut und die Verteilung von Gütern	200
Die Produktion lebensdienlichen Wissens und das Problem der Steuerung des Wissenschaftsprozesses	201
Die Bedeutung von Werten und das Problem der Unverbindlichkeit	206
Das Problem der Spaltung und die Einheit der Welt	210
Dogmatische Abstinenz um des Lebens willen	218
<b>Anmerkungen</b>	<b>222</b>
<b>Glossar</b>	<b>247</b>
<b>Literatur</b>	<b>257</b>
<b>Bildnachweis</b>	<b>271</b>